

# Kurs- und Weiterbildungsangebot

## Procap Schweiz 2021

Kurse für Freiwillige und Mitarbeitende anderer Organisationen



# 1 Vorwort

Für das Jahr 2021 wünschen wir Ihnen von Herzen alles Gute!

Es freut uns sehr, Ihnen das Bildungsangebot für das Jahr 2021 vorstellen zu können. Im Angebot sind sowohl seit Jahren bewährte Kurse als auch neue und spannende Module.

Für externe Teilnehmende, zum Beispiel Fachpersonen anderer Organisationen, sind die Kurse kostenpflichtig. Die Preise sind bei der Kursbeschreibung aufgeführt. Die Anmeldungen sind bindend. Im Falle einer Abmeldung ab dem 7. Tag vor Kursbeginn werden die gesamten Kurskosten in Rechnung gestellt.

Bei Fragen, Unklarheiten oder für eine Beratung stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung: 062 206 88 94 oder [bildung@procap.ch](mailto:bildung@procap.ch).

Wir hoffen, dass Sie die Angebote spannend finden und sich zahlreich anmelden werden.

Herzlich,



Sabrina Salupo  
Ressortleiterin Procap Bildung und Sensibilisierung

## 2 Inhaltsverzeichnis

|          |                                                                             |           |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Vorwort .....</b>                                                        | <b>2</b>  |
| <b>2</b> | <b>Inhaltsverzeichnis .....</b>                                             | <b>3</b>  |
| <b>3</b> | <b>Kurse für Freiwillige und Mitarbeitende anderer Organisationen .....</b> | <b>4</b>  |
| 3.1      | Einführung in die Leichte Sprache .....                                     | 4         |
| 3.2      | Rhetorik und Auftrittskompetenz .....                                       | 5         |
| 3.3      | Inklusive Veranstaltungen organisieren und durchführen .....                | 6         |
| 3.4      | Zeitmanagement .....                                                        | 7         |
| 3.5      | Prokrastination («Aufschieberitis») .....                                   | 8         |
| 3.6      | Gespräche führen .....                                                      | 9         |
| 3.7      | Gewaltfreie Kommunikation .....                                             | 10        |
| 3.8      | Zivilcourage .....                                                          | 11        |
| 3.9      | Grenzen und Übergriffe .....                                                | 12        |
| 3.10     | Freiwilligenmanagement .....                                                | 13        |
| <b>4</b> | <b>Weitere Kursangebote .....</b>                                           | <b>14</b> |
| <b>5</b> | <b>Kontakt .....</b>                                                        | <b>15</b> |

## 3 Kurse für Freiwillige und Mitarbeitende anderer Organisationen

### 3.1 Einführung in die Leichte Sprache

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Als grösste Organisation für Menschen mit Behinderungen ist es unsere Aufgabe, für alle Zielgruppen klar und verständlich zu kommunizieren. Inhaltlich und sprachlich werden Texte schnell komplex und sind unter Umständen nicht für alle Personen gleich leicht verständlich. Deshalb gehört es zu unseren Aufgaben, wann immer möglich Informationen in Leichter Sprache zur Verfügung zu stellen. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Geschichte und Bedeutung von Leichter Sprache</li> <li>&gt; Zielsetzung von Leichter Sprache</li> <li>&gt; Regeln für Leichte Sprache</li> <li>&gt; Schreibübungen mit vorhandenen Ausgangsmaterialien</li> <li>&gt; Besprechung und Beurteilung von eigenen Texten</li> </ul>                                                                            |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Kursleitung</b>    | Herr Florens Macario                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Datum / Ort</b>    | <p>Der Kurs besteht aus 2 Teilen. Er muss an beiden der nachfolgenden Daten besucht werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Teil 1: Dienstag, 1. Juni 2021, von 08.45 bis 12.30 Uhr</li> <li>&gt; Teil 2: Mittwoch, 16. Juni 2021, von 08.45 bis 12.30 Uhr</li> <li>&gt; Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG</li> </ul>                                         |
| <b>Bemerkungen</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen beschränkt.</li> <li>&gt; Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 150.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Anmeldung</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn</li> <li>&gt; Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                       |

### 3.2 Rhetorik und Auftrittskompetenz

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Präsentationen, Vorträge, Sitzungen ... täglich spricht man in unterschiedlichsten Situationen und Kontexten vor anderen Menschen. Das ist keineswegs eine leichte Aufgabe. Es ist etwas ganz Besonderes. Denn in diesen Situationen ist es unerlässlich, dass man Techniken, Tools und Kompetenzen anwendet, die man oft gar nicht (bewusst) erlernt hat. In dieser Weiterbildung werden die nötigen Grundbausteine erarbeitet, die es den Teilnehmenden erlauben werden, den mündlichen Ausdruck zu verbessern. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Umgang mit Stress, Emotionen und Lampenfieber im Zusammenhang mit dem Sprechen vor anderen Menschen</li> <li>&gt; Die Haltung eines präsenten und klaren Redners einnehmen</li> <li>&gt; Strukturieren der Rede</li> <li>&gt; Alle Aspekte des Redens in der Öffentlichkeit verstehen und in die Praxis umsetzen</li> </ul>                                                                                                                                           |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Kursleitung</b>    | Herr Florens Macario                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Datum / Ort</b>    | <p>Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Freitag, 21. Mai 2021, von 08.45 bis 16.30 Uhr</li> <li>&gt; Dienstag, 19. Oktober 2021, von 08.45 bis 16.30 Uhr</li> <li>&gt; Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG</li> </ul>                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Bemerkungen</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 6 Personen beschränkt.</li> <li>&gt; Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 150.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Anmeldung</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn</li> <li>&gt; Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

### 3.3 Inklusive Veranstaltungen organisieren und durchführen

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Immer wieder werden Veranstaltungen organisiert und durchgeführt, die sich an Menschen mit und ohne Behinderungen richten. Ob es sich um einen Vortrag, eine Informationsveranstaltung, einen Workshop oder eine Tagung handelt – es gilt einige Punkte zu beachten, damit die Veranstaltung für alle zugänglich ist. Was Sie bei der Planung und Durchführung beherzigen sollten, erfahren Sie in diesem Workshop. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | > Aspekte kennenlernen, um inklusive Veranstaltungen zu organisieren und durchzuführen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Kursleitung</b>    | Menga Keller                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Datum / Ort</b>    | Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.<br>> Dienstag, 4. Mai 2021, von 13.15 bis 16.15 Uhr<br>> Mittwoch, 1. September 2021, von 09.15 bis 12.15 Uhr<br>> Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG                                                                                                                                                                                   |
| <b>Bemerkungen</b>    | > Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen beschränkt.<br>> Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.<br>> Es besteht die Möglichkeit, eine bestehende Veranstaltungsplanung auf die zu berücksichtigenden Aspekte zu überprüfen.                                                                                                                                               |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 75.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Anmeldung</b>      | > Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn<br>> Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

### 3.4 Zeitmanagement

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Im Arbeitsalltag geht es oft hektisch zu und her. Schnell wird eine Situation stressig, da unvorhergesehen Dinge dazwischenkommen oder eine Deadline schneller näher rückt als man es wünscht. Im Kurs hinterfragen wir unser individuelles Zeitmanagement. Aufgaben korrekt zu priorisieren und eine gute Arbeitsplanung werden dazu führen, dass das Zeitmanagement verbessert werden kann und somit der Arbeitsalltag weniger stressig sein wird. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Analyse des eigenen Arbeitsstils</li> <li>&gt; Umgang mit Störungen und Unterbrechungen</li> <li>&gt; Priorisieren</li> <li>&gt; Arbeitsorganisation (Tools)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Kursleitung</b>    | Herr Florens Macario                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Datum / Ort</b>    | <p>Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dienstag, 8 Juni 2021, von 08.45 bis 12.45 Uhr</li> <li>&gt; Dienstag, 7. Dezember 2021, von 13.15 bis 17.15 Uhr</li> <li>&gt; Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG</li> </ul>                                                                                                                                          |
| <b>Bemerkungen</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen beschränkt.</li> <li>&gt; Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 75.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Anmeldung</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn</li> <li>&gt; Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                      |

### 3.5 Prokrastination («Aufschieberitis»)

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Hintergrund</b>    | Es gibt verschiedene Gründe für Prokrastination, welchen wir im Kurs auf den Grund gehen. Die Prokrastination ist ein vielverbreitetes Phänomen, welches oft auch eine negative Auswirkung auf die Produktivität, die Arbeitsqualität und auf das Selbstvertrauen hat. Ein wichtiger Aspekt des Kurses ist, die Prokrastination zu verstehen. Nur dann ist es möglich, etwas am eigenen Verhalten mithilfe einiger Strategien zu verändern. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Ursachen für Prokrastination verstehen</li> <li>&gt; Die verschiedenen Etappen der Prokrastination definieren</li> <li>&gt; Strategien entwickeln, um Prokrastination zu bekämpfen</li> </ul>                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Kursleitung</b>    | Herr Florens Macario                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Datum / Ort</b>    | <p>Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dienstag, 20. April 2021, von 09.15 bis 12.15 Uhr</li> <li>&gt; Mittwoch, 25. August 2021, von 09.15 bis 12.15 Uhr</li> <li>&gt; Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG</li> </ul>                                                                                                                               |
| <b>Bemerkungen</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen beschränkt.</li> <li>&gt; Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 75.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Anmeldung</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn</li> <li>&gt; Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                             |

### 3.6 Gespräche führen

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Täglich finden zahlreiche Gespräche in verschiedenen Bereichen und in unterschiedlicher Form statt. Jedes Gespräch hat normalerweise einen Grund und ein Ziel. Aufgrund mangelnder Vorbereitung oder Reflexion werden Gespräche jedoch oft als unnötig oder als nicht zielführend empfunden. Diese Schulung vermittelt den Teilnehmenden die nötigen Tools, um Gespräche effizienter und zielgerichteter vorzubereiten und durchzuführen. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Rahmen des Gesprächs definieren und festlegen</li> <li>&gt; Faktoren / Phasen des Gesprächs erkennen</li> <li>&gt; Bedeutung der verschiedenen Kommunikationstechniken im Verlauf des Gesprächs</li> </ul>                                                                                                                                                                                    |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Kursleitung</b>    | Sabrina Salupo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Datum / Ort</b>    | <p>Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dienstag, 16. März 2021, von 09.15 bis 15.15 Uhr</li> <li>&gt; Donnerstag, 25. November 2021, von 09.15 bis 15.15 Uhr</li> <li>&gt; Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG</li> </ul>                                                                                                                          |
| <b>Bemerkungen</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen beschränkt.</li> <li>&gt; Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 115.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Anmeldung</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn</li> <li>&gt; Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                           |

### 3.7 Gewaltfreie Kommunikation

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Kommunikation gehört zu unserem Alltag. Ob am Arbeitsplatz, zu Hause oder in der Öffentlichkeit kommunizieren wir mit unseren Mitmenschen. Gerade wenn eigene Überzeugungen im Spiel sind oder es zu Unstimmigkeiten kommt, ist es nicht immer einfach, andere Meinungen zu berücksichtigen. Wie Sie konstruktiv Kritik üben und mit anderen Ansichten besonnen umgehen können, erfahren Sie in diesem Kurs. Ziel ist es, zu einer vertrauenswürdigen Kommunikationskultur beizutragen. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Kommunikationsfähigkeiten erweitern</li> <li>&gt; Konstruktive Kritik üben</li> <li>&gt; Vertrauenswürdige Kommunikationskultur schaffen</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Kursleitung</b>    | Menga Keller                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Datum / Ort</b>    | <p>Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dienstag, 13. April 2021, von 08.45 bis 12.45 Uhr</li> <li>&gt; Donnerstag, 28. Oktober 2021, von 13.15 bis 17.15 Uhr</li> <li>&gt; Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG</li> </ul>                                                                                                                                                                        |
| <b>Bemerkungen</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 6 Personen beschränkt.</li> <li>&gt; Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.</li> <li>&gt; Es handelt sich um eine praxisnahe Weiterbildung, die sich in erster Linie an konkreten Erfahrungen der Teilnehmenden orientiert.</li> </ul>                                                                                                                                  |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 75.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Anmeldung</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn</li> <li>&gt; Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

### 3.8 Zivilcourage

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Sie werden Zeuge oder Zeugin eines diskriminierenden Spruchs oder beobachten wie eine Person angepöbelt wird und sind damit nicht einverstanden? Würden Sie gerne eingreifen, ihnen fehlt jedoch der Mut oder passende Handlungsstrategien? Wie Sie Konfliktsituationen erkennen und darauf reagieren können, erfahren Sie in diesem Kurs. |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | > Im geschützten Rahmen Strategien kennenlernen und ausprobieren, um sie anschliessend im Alltag umzusetzen.                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Kursleitung</b>    | Menga Keller                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Datum / Ort</b>    | Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.<br>> Dienstag, 9. März 2021, von 09.15 bis 15.15 Uhr<br>> Donnerstag, 9. September 2021, von 09.15 bis 15.15 Uhr<br>> Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG                                                                                                       |
| <b>Bemerkungen</b>    | > Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen beschränkt.<br>> Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.<br>> Es handelt sich um eine praxisnahe Weiterbildung, die sich in erster Linie an konkreten Erfahrungen der Teilnehmenden orientiert.                                                           |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 115.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Anmeldung</b>      | > Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn<br>> Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a>                                                                                                                                                                                                          |

### 3.9 Grenzen und Übergriffe

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b> | Procap, insieme, die Vereinigung Cerebral und PluSport leben in den Vereinen, Sektionen, Sportgruppen und bei verschiedensten Anlässen davon, dass eine ungezwungene, freundschaftliche Atmosphäre herrscht. Umso wichtiger ist es, im Umgang mit Menschen mit einer Behinderung die Grenzen und Risikosituationen der Betreuung zu kennen, sich gegenseitig zu respektieren und transparent zu arbeiten. In dieser Weiterbildung wird die Thematik mittels konkreter Alltagssituationen so behandelt, dass Sie in der Lage sind, den Schutz der Betreuten und Betreuer/-innen zu erhöhen und bei leichten Irritationen bis hin zu Verdachtsmomenten zielgerichtet zu intervenieren. Hintergrundwissen, Diskussionen anhand von Beispielen und Wissen um Unterstützung zum Thema, sind Inhalte dieses Abends. |
| <b>Organisation</b>  | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Kursleitung</b>   | Fachstelle Limita                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Datum / Ort</b>   | Wählen Sie eines der beiden nachfolgenden Daten aus.<br><ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; <del>Dienstag, 27. April 2021, von 18.00 bis 21.00 Uhr</del></li> <li>&gt; <b>Ersatzdatum: Dienstag, 29. Juni 2021, von 18.00 bis 21.00 Uhr</b></li> <li>&gt; Dienstag, 26. Oktober 2021, von 18.00 bis 21.00 Uhr</li> <li>&gt; Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Bemerkungen</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen beschränkt.</li> <li>&gt; Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Kosten</b>        | > CHF 120.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Anmeldung</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn</li> <li>&gt; Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

### 3.10 Freiwilligenmanagement

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kursbeschrieb</b>  | Das Freiwilligenmanagement ist eine grosse Herausforderung für Selbsthilfeorganisationen. Wie können Freiwillige gefunden werden und vor allem, wie kann ihr Engagement nachhaltig gesichert werden? Dieser Kurs wird es uns ermöglichen, gemeinsam über die verschiedenen uns zur Verfügung stehenden Mittel und über folgende Fragen nachzudenken: Wie finde ich Freiwillige? Wie betreue ich Freiwillige? Was gibt es bei der Ausbildung von Freiwilligen zu beachten? |
| <b>Inhalt / Ziele</b> | Grundlagen zur Erstellung eines Freiwilligenkonzepts erarbeiten.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Organisation</b>   | Ressort Bildung und Sensibilisierung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Kursleitung</b>    | Sabrina Salupo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Datum / Ort</b>    | Der Kurs besteht aus 2 Teilen. Er muss an beiden der nachfolgenden Daten besucht werden.<br>> Teil 1: Donnerstag, 16. September 2021, von 13.15 bis 17.15 Uhr<br>> Teil 2: Dienstag, 16. November 2021, von 13.15 bis 17.15 Uhr<br>> Zentralsekretariat Olten, grosses Sitzungszimmer im 3. OG                                                                                                                                                                            |
| <b>Bemerkungen</b>    | > Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen beschränkt.<br>> Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Kosten</b>         | > CHF 225.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Anmeldung</b>      | > Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn<br>> Anmeldung unter <a href="http://www.procap.ch/kurse2021">www.procap.ch/kurse2021</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

## 4 Weitere Kursangebote

- > Bereich Behindertensport: Aktuelles Ausbildungsprogramm von PluSport unter [www.plusport.ch](http://www.plusport.ch)
  - > Ausbildung > Kursprogramm
- > Für Personen mit Ehrenamt: [www.vitaminb.ch](http://www.vitaminb.ch)
- > Benevol Schweiz: Verein Fach- und Vermittlungsstellen für Freiwilligenarbeit [www.benevol.ch](http://www.benevol.ch)
  - > Bildung



## 5 Kontakt

Gerne beraten wir Sie und stehen bei Fragen zur Verfügung.

Procap Schweiz  
Ressort Bildung und Sensibilisierung  
Frohburgstrasse 4  
4600 Olten

Telefon: 062 206 88 94

E-Mail: [bildung@procap.ch](mailto:bildung@procap.ch)

[www.procap.ch/kurse2021](http://www.procap.ch/kurse2021)



v1.4 vom 14.04.2021

Für Menschen mit Handicap. Ohne Wenn und Aber.